



Muffins de Manzana que te Hacen Sonreír

Sirve: 50 Porciones

50 Porciones

Ingredients	Weight	Measure
Harina de trigo integral	1 lb 6 1/2 oz	
Harina para todo propósito	1 lb 5 1/2 oz	
Azúcar morena ligera	1 lb 2 2/3 oz	
Polvo de hornear		2 cdas 2 1/2 cdtas
Canela		4 cdas

Sal	2 cucharas
Aceite vegetal	1 taza 5 cdas
Huevos	4 huevos
Leche, 1% baja en grasa	4 1/8 tazas
Manzanas congeladas, cortadas en rodajas	8 1/4 tazas

Preparación

1. Precaliente el horno a 350° F, engrase ligeramente la bandeja para hornear muffins.
2. Coloque las manzanas en un tazón y agrégueles el azúcar morena, revuelva ligeramente hasta mezclar. Combine los ingredientes secos en un tazón diferente : la harina, polvo de hornear, canela y sal.
3. En otro tazón agregue el aceite, huevos y leche, incorpore los ingredientes líquidos a los ingredientes secos hasta que se hayan humedecido, no los bata demasiado.
4. Llene 2/3 de cada molde individual de las bandejas para muffins con la masa, hornéelos de 20 a 25 minutos hasta que estén ligeramente dorados. Retírelos del horno, colóquelos sobre la rejilla para enfriar.
5. Sírvalos calientes.

Origen: Central High Freshman Academy (Recipes for Healthy Kids Competition)